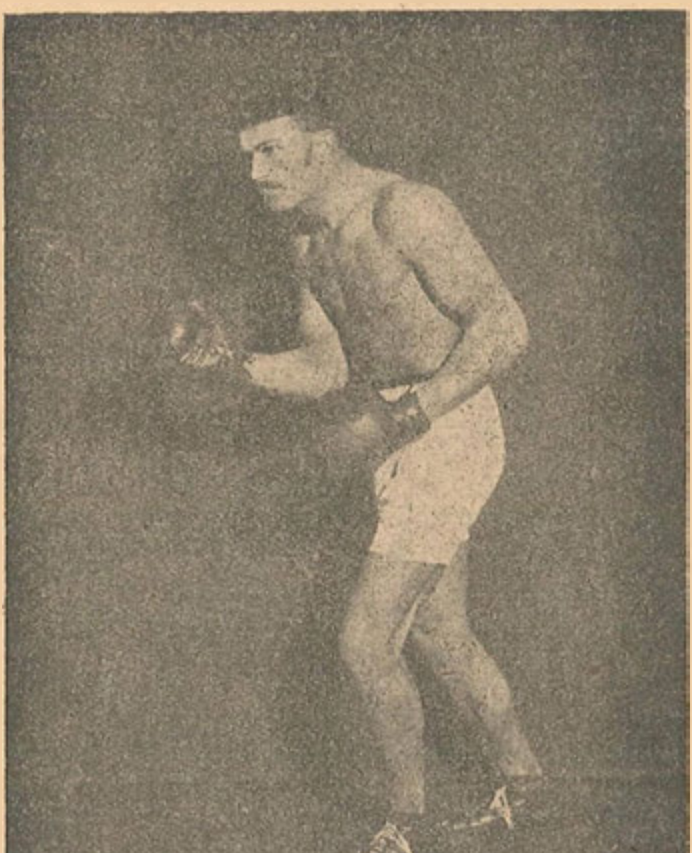
Sport rohovnický

⟨Boxing⟩



V. FIRLA (Ostravsko).

Nákladem spisovatele. — Knihtiskárna „Grafia“ Rudolf Vichnar v Mor. Ostravě.

Úvod.

Vrcholným a možno říci nejdokonalejším sportem vůbec je box čili rohování. Dávno zdomácněl už box v Americe, Anglii a Francii, tedy ve státech s vysokou kulturou a je u tamnějšího obyvatelstva pěstován s největší oblibou, takže se právem nazývá národním sportem a je tam ještě více rozšířen, než na př. u nás kopaná. To nasvědčuje tomu, že rohování se věnuje co nejvíc pozornosti, jak z kruhů officielních, tak z nejširších řad obyvatelstva a to všech vrstev. Že vynikající boxeři jsou zároveň miláčky národa, o tom svědčí zpráva, že francouzský boxer Carpentier (čti Karpentijé) má dnes již zajištěnu sumu 750.000 franků na utkání s jedním Američanem, stejně zda zvítězí či bude poražen. Na tento prvotřídní zápas uzavírají se dnes již ohromné sázky i svědčí to jen o popularitě jména rohovníka Carpentiera, jakož i o ohromném zájmu veřejnosti na boxu vůbec.

Tento zájem o box zasáhl i k nám, leč názor širší veřejnosti na sport rohovnický je dosud nesprávný, i křivdí se z neznalosti v mnohém tomuto krásnému sportu a proto účelem této brožurky jest nejen box propagovati, nýbrž také uvésti na pravou míru veškerá mylná mínění o něm, jakož i seznámiti každého blíže s tímto odborem těžké athletiky ku prospěchu tělesné výchovy našeho lidu.

□ □ □

Dějiny boxu.

Přesně zjistit počátky tohoto druhu sportu nelze, ale myslím, že jako sport bylo rohování pěstováno systematicky už ve starém spartanském Řecku. Pěstní boj a zápas vůbec je, myslím, tak starý jako lidstvo. První obranou nebo výbojem člověka byla pěst a sice rány vedeny byly přímo jako soty, nebo s rozmachem jako ruby.

Ve starém Řecku bylo však rohování mnohem těžší než dnes naše, vyžadovalo úžasné energie a síly, jakož i nezměrného udatenství. Mnohdy nasazovali si na ruce různé prstence z kovu, aby tím dali důraz své pěsti. Mimo to bylo dovoleno bít se na celém těle, a zápasy vedeny s takovou silou a rozhodnutím, že poražený sice zůstal na místě ležeti, ale vítěz jej následoval za několik dní. Dnes zdá se nám takovýto zápas starých Řeků jako surovost, ale vžijme se do tehdejší doby, tedy odpustíme jim, neboť tenkrát se v tom spatřoval ideál. My jsme dnes přirozeně přizpůsobili box naší době, ale přes to neváháme říci, že box vyžaduje lidi ucelené, pevné, odhodlané a především — gentlemany.

Teprve v 18. stol. vystupuje zápasník Tom Figg, který s počátku užíval též obušku, nebyl tudíž ještě rohovníkem, měl však mnoho následovníků. Teprve Jack Brougthon utvořil z boxu sport řízený určitými pravidly. V r. 1742 otevřel tento pěstní zápasník školu, ve které vyučoval rohovnickému umění. Také ustavil první pravidla o průběhu boje, která byla tehdy ode všech zápasníků přijata. Tenkrát se boxovalo samozřejmě ještě bez rukavic a poražen byl ten, kdo po ráně obdržené se

nepostavil k dalšímu boji během půl minuty. Tedy podmínky těchto bojů byly těžké a při ráně holou pěstí nebezpečné. Aby usnadnil svým žákům cvičení, zavedl Brougthon rukavice, které pak zásluhou anglického boxera Jacksona byly zavedeny ke konci 18. stol. u všech rohovníků. Brougthonův největší výkon byl zápas s Hackem trvající 22 hodin, bez rukavic, zajisté úctyhodný výkon.

Nejnovější pravidla rohovnická, zbavující tento sport všech hrubostí, byla uspořádána anglickým žurnalistou Chamberlinem a vyšla pod firmou markýze z Queensberry. Těmito pravidly je dána možnost zvítěziti i fysicky slabšímu, protože respektují pravé rohovnické umění a obratnost.

První rohovnický match v Americe konal se z počátku 19. století. Z některých významných zápasů dlužno uvésti utkání mezi Maddenem a Hayesem v r. 1849 v Anglii trvající 6 hodin 3 min. R. 1860 v Americe mezi Fitepatrikem a Neilem 4 hod. 20 min. Nejdelší zápas s rukavicemi byl v New Orleans mezi Bowenem a Burgem. Měl 110 kol a trval 7 hodin 19 min., v r. 1893. — Vidíme tedy, že tehdejší zápasy byly vedeny s velkou prudkostí a houževnatostí; v dnešní době tomu již tak není. —

□ □ □

Rohovnický sport v nejnovější době.

Prvky rohování pojaty byly v nejnovější době do různých systémů tělovýchovných a prakticky uplatňovaly se v různých tělocvičných spolcích. Že se od sebe liší rohování tělocvič. spol. českých od rohování francouzských gymnastů, o tom netřeba se ani zmiňovati, neboť

každý národ si je upravil dle svého vlastního vkusu a na základě vlastních předpokladů. V nejnovější době ustavil se typ rohování mezinárodní, který stanoví přesně dle pravidel formu a průběh boje pěstního.

Že rány holou pěstí jsou bolestné a nebezpečné, užívá se nyní výhradně kožených rukavic vyplněných, které přenášejí ránu na celou hřbetní plochu rukavice a tím ránu stlumují a způsobují jen ochromení svalstva, vyloučeno, aby vážně zranily nebo zabily. To se dosud nestalo a pochybuji, že by něco podobného vůbec bylo možno. I po nejtěžším zápase, kdy ztratí boxer i na několik vteřin vědomí, rychle se zotavuje a obyčejně již po užití sprchy a dobrém spánku je zas v bývalém stavu, naopak ještě více otužen.

Dnešní rohovnické matche jsou v celém světě prvotřídními událostmi, jsou zejména v Anglii národními svátky a konají se za ohromných návštěv všeho občanstva. Přímo báječné sumy se vybéřou na vstupném i nejvyšší hlavy států se jich súčastňují a vyznamenávají dobré rohovníky. Když Carpentier porazil v Londýně Beckelta, byl ve Francii slaven jako hrdina a obdržel krásný dar 20.000 franků za tento vynikající zápas. Z toho vidíme, jak se na tento sport pohlíží v praktické Anglii a je si jen přáti, aby i u nás v krátké době stal se rovněž tak populárním. Nebude nám Slovanům naškodu, když tímto mužným sportem vychováme si tuhou a nepoddajnou mládež, která bude nejlepší zárukou zdravého národa a jeho připravenosti k boji životem.

Hlavně však si musíme uvědomiti, že box nepěstuje surovost ani hrubost, nýbrž, že pěstuje sílu, a dává důraz mínění našemu. Jestliže ušlechtilý box vnikne do nejširších řad lidu, stoupne jistě tělesná kultura naše,

ale též lidé naučí se jednat mezi sebou s očí do očí a zákeřné přepadání ze zadu, nebo udavačství a pomluvy vymizí. —

Vycvičený rohovník zdrží samozřejmě daleko prudší rány, než obyčejný člověk bez cviku, to je nesporné, a proto je nutno, aby každý rohovník prodělával systematický výcvik k boji a otužoval všestranně své tělo, aby v každou chvíli byl schopen se bránit, nebo útočit. Jestliže po pádnější ráně se spustí krev z nosu, tedy nelitujeme nikdy rohovníka, protože on sám se tomu v duchu směje. Ta krev však není také známkou žádné surovosti; copak v životě ještě nikomu netekla? Mnozí při pohledu na to, jakož i na box vůbec, chvějí se na celém těle a říkají: „To bych za živý svět nedělal“ nebo „To je surovost“ atd., ale o těchto lidech máme my boxeři jiné mínění než oni o nás. My říkáme jim na jejich adressu: „Jste choulostiví, chorobní lidé a tělesná krása a síla vzbuzuje ve vás žárlivost, že vy jste slabí a bojácní.“ Boxer, který je svým soupeřem sražen k zemi na několik vteřin, a povstává znovu k boji, dokazuje, že je ještě v něm síla a vzdor a tudíž ho nelitujeme, nýbrž naopak obdivujeme jeho odhodlanost k boji do poslední chvíle a povzbuzujeme ho potleskem k dalšímu odporu.

□ □ □

Příprava k rohování.

Příprava k provozování sportu rohovnického je těžká. Zde je nutno míti pevnou vůli a odhodlanost vychovat své tělo tak, aby bylo schopno k boji za každých podmínek. Nejlépe je ovšem začíti hned v mládí, dokud je tělo poddajné a musí se začít se systematickým otu-

žováním těla a všestranným pěstováním síly. Jelikož je box odborem těžké athletiky, patří k vycvičení boxera zvedání břemen jako sůl do chleba. Nejúčelněji pěstujeme své tělo, když denně aspoň 15 minut věnujeme cvičení, a to může každý prováděti doma sám. Patří sem: chůze o napjatých nohou a špičkách, prostná, kroužení těla, napínání nohou, podpory ležmo, zvedání činek, hluboké dýchání atd. V tomto směru vyšlo dosud mnoho knih, více méně odpovídajících potřebám rohovníka. Z nich doporučuji knihu Müllerovou: Můj systém a Hébertovou methodu.

K trainingu patří též cvičení s francouzskými péry, které musíme v každé poloze přesně ovládati. Důležité jest cvičení stínového boje t. z. že si před sebou myslíme protivníka a rohujeme s ním. Při tom si ovšem sami tvoříme různé momenty boje, příznivé i nepříznivé pro nás. Toto cvičení musí býti provedeno vážně a napjetím všeho svalstva.

Do odstavce „Příprava k rohování" chci vhodně vsunout upozornění, že nejen tělo, ale i duch a vlastnosti své musíme cvičit k našemu prospěchu. Jak tyto dobré vlastnosti rohovník vypěstuje, ponechávám každému jednotlivci k volnému uvážení, jen uvedu jaké vlastnosti box předpokládá a které pěstuje.

Rohovníkem může býti jenom muž pevných zásad, nebojácný, odhodlaný a šlechetný. V boxu samotném vypěstujeme řadu krásných a dobrých vlastností pro život. Tak nejdůležitější z nich je r o z h o d n o s t, t. j. aby v každé situaci mohl ihned se rozhodnout, kterou cestou se bráti, či v našem sportu: jak má ránu vésti, aby „seděla". To je velmi obtížné a nováčci v boxu budou často pykati za to, že nedovedli se rychle rozhod-

nout. Totéž platí i v životě. Dále se naučíme rány přijímat, ale též dávat, a co je důležitější pro život, než snášet rány osudu, ale také vracet.

Další vlastnosti boxerů je: „buď přípraven“, t. j., že v každé chvíli jsem připraven k boji ať pěstnímu či k boji životnímu. Mezi význačné úspěchy rohovníka patří šlechetnost, t. j. že k zemi sraženého soupeře se nedotkne, leč by se znovu zvedal k dalšímu boji. Totéž platí i v životě: i vítěz musí být šlechetným. — Všechny jmenované vlastnosti se musí vycvičit a musí stejně jako síla a zdraví rohovníkovo dosáhnouti nejvyššího možného stupně. —

□ □ □

Cvičení tělesná a dechová.

Návod ke cvičením tělesným dán byl v předcházejícím odstavci, zde chci vám dáti několik praktických pokynů k provozování cvičení.

Mnozí tvrdí, že je lépe cvičiti ráno, jiní večer. Začněme raději večerními cvičeními a v pozdější době přidávejme i ráno. Cvičiti přímo na hladový žaludek, nebo cvičiti s přecpaným, je stejně nezdravo a trpí tím zažívací ústroje. Po jídle necvičte asi 3 hodiny. Pak můžete směle provádět i nejtěžší cviky bez zvláštní újmy.

Důležito jest ovšem, zda máme cvičiti vždy, kdykoliv jsme při chuti, a nebo stále, mechanicky a bezmyšlenkovitě. Cvičte své tělo jen tehdy, když máte k tomu čas a náladu. Jinak toho raději nechte a počkejte s tím, až se vám dostaví veselá mysl a radost ze cvičení. Nic nepodnikejte proti své vůli, vaše cviky musí být vždy přirozené a nenucené. Vystříhejte se přepínat cvi-

čení do nemožností, neboť tím se „trhají“ svaly a tělo — slábne.

Jedna z největších vad našich sportovců a lidí vůbec je, že naprosto nesprávně dýchají. Tato vada, vzniklá z pohodlnosti, jest tak všeobecná, že jen málo lidí dýchá správně, využitkujíce celé plíce. Je pozoruhodno, že dýchali člověk několikrát za sebou z hluboka, tak cítí zvláštní nový pocit a to právě v těch místech plic, kde vinou nesprávného dýchání jen zřídka kdy vnikne vzduch. Jen zkuste dýchati hluboko a poznáte ten rozdíl. Nesprávným dýcháním zakrňují plíce, nemohou „plnou parou“ pracovati a výsledek toho je: všeobecná nezdravost.

Cvičení dechová provozujeme tak, že spojujeme je vždy s některými cvičeními tělesnými a to buď při vdechování upažujeme zvolna a vzpažíme a při vydechování opět spouštíme zvolna ruce do připažení. Nebo ve výponu na špičkách vdechujeme a přecházejíce do dřepu vydechujeme. Těmto cvičením dechovým musíme věnovati největší pozornost, neboť při rohování mnohdy je rozhodujícím činitelem správný dech. Tato cvičení dechová provádějme každodenně ve volné přírodě, anebo v místnosti s čistým vzduchem.

Největší nepřítel správného dechu je kouření. A tu vás, sportovci, prosím: zanechte kouření, je tak strašně škodlivé, že s lítostí pohlížím na sportovce-kuřáky. Kdo má čisté plíce, má jasnější mysl, nemá „uzený jazyk a zuby“ a též finančně mu to zajisté prospěje. Kdo vážně míní sportovat, ten zanechá toho jedu, a proto pryč s výmluvou, že kuřácké vášni nelze odvyknouti, je to lež a přetvářka. Při pevné vůli a silném odhodlání dokažte, že zdravé a čisté plíce jsou vám milejší než všechno na světě.

Jak udržeti se při zdraví a síle?

Cvičením nabýváme síly a zdraví. Leč musíme také znáti tajemství, jak tyto dvě nejkrásnější věci udržíme a ovládneme, aby nám nikdy neselhaly. Zdravého člověka poznáme po chůzi, nese hlavu vzhůru, hruď vypjatou a jeho chůze je pružná, jemná, ale též rozhodná. Kdežto nemocný neb slabý člověk se hrbí, má těžkopádnou chůzi a hlavu svěšenou. Dbejme, aby naše chůze byla vždy co nejpružnější a hleďme si toho co nejvíce. Je dost těžké pro mnohé, aby se naučili správně choditi.

Že chůze po kamenných dlažbách městských je obtížná, vyhledejme si pro cvičení pochodová přírodu, volnou všeho civilisovaného ruchu, krásnou ve svém celoročním hávu. A venku, v lesích i na lukách, v horách i u stříbropěnných potůčků, tam dýcháme volně, svobodně, tam rozšiřují se naše prsa, my žijeme, jásáme nad naším zdravím, velebíme přírodu, nasloucháme sladkému pění ptactva, tam se udržuje zdraví a síla, toť ono tajemství a radost ze života. Hledejte a poznávejte přírodu, čerstvý vzduch, slunce a vodu, tam je vaše zdraví a vaše spokojenost a pakliže porozumíte mým slovům, pak budete stejně šťastni se mnou a zvoláte: Díky Tobě, žes nám otevřel oči!

Tyto řádky kladu na srdce hlavně mládeži, naší naději a naši budoucnosti.

□ □ □

Jak správně rohovati?

Jakmile se ocitneme v ringu, t. j. v ohraženém místě pro rohování, přestává pro nás existovati celý okolní

svět a náš zrak musí stále sledovati soupeře a ani na vteřinu jej nesmíme spustiti s očí. Naši mysl musí ovládati pevná víra ve vítězství, i musíme především důvěřovati sobě a to téměř slepě. Musíme si uvědomiti, že vstupujeme do ringu, abychom vybojovali čestný zápas, abychom dokázali pohotovost, sílu a sebevědomí.

Nejdůležitější věcí při rohování je správný postoj t. zv. střeh rohovnický. Stavíme se na obě nohy rozkročmo za sebou tak, aby váha celého těla byla stejnoměrně rozdělena na obě nohy. Toho docilujeme tím, že v kolenou nohy mírně pokrčíme. To dodává nám též pružnosti, ale naprosto se musíme vystříhati toho, abychom neměli nohy blízko při sobě, neboť tím trpí stabilita rohovníka, ale též nohy široce rozkročmo držeti je stejně těžkopádné jako obtížné.

V tomto postoji či střehu rohovnickém musíme se pohybovati za největšího napjetí svalstva nohou co nejrychleji, buď posuny, odsuny neb odskoky. Dobří rohovníci, kteří mají „výbornou techniku nohou“ mnohdy činí výpady, věc to obtížná ale dobrá. Rohovníci věnují nácviku techniky nohou velmi mnoho času a důkladně si zvykají, aby nohy co nejrychleji poslouchaly rozkazy z hlavy, aby mohly s místa střelhbitě změniti situaci. Byl jem svědkem toho, jak jinak dobrý rohovník byl poražen jen pro slabou výkonnost nohou. Proto dobrý rohovník dbá všestranně o správný nácvik nohou a věnuje mu hodně času.

Ruce drží rohovník tak, aby každou chvíli se mohl brániti, ale též aby mohl zasaditi ránu. Ruka levá, která je více obrannou rukou rohovníkovou, drží se mírně ohnuta ve směru protivníkovy brady, pěst pravé ruky se umístí asi na 1 dm od levé prsní bradavice; kryje pak pravá ruka žebra, a pěsť s rukavicí má stejně blízko

k obraně srdce i žaludku. Takovému umístění rukou říkáme gard, ale ruce nesmí ani na chvíli v tomto gardu zdřevěněti, nýbrž stále s nimi pohybujeme (fintujeme), abychom protivníka mátli.

Rány vedeme pak přímo, ale vždy se sevřenou pěstí, jinak bychom snadno vytkli sobě palec. Důležito je si pamatovati, že po ráně musíme ihned s rukou zpět, zde padá na váhu každý zlomek vteřiny, který by pak mohl náš protivník využítí v náš neprospěch.

Jak jsem již shora uvedl, musí rohovník v ringu dbáti jen svého soupeře, a je-li tudíž pozorován nějakým obecenstvem, neexistuje během zápasu pro něj, jinak by to mělo v boji špatné následky pro něj. Pokud se týče dalších vlastností rohování a rohovníků, budou uvedena v následující stati při pravidlech rohování.

□ □ □

Několik momentů ze života světového rohovníka Carpentiera.

(Z časop.: Sportsmann, přel. H.)

Francouzský rohovník George Carpentier napsal do jednoho sportovního listu následující příběh ze svého života:

„Bylo to v listopadu r. 1908, když mi bylo 14 let. Zápasil jsem se Salmonem v Maison Laffitte. Tento výtečný pěstní zápasník vyzval všechny francouzské rohovníky pod 45 kg váhy. Můj přítel a menager F. Descamps vyzvání na moje jméno přijal. Byl to můj první boj jako proffesionál. Zápas odbýval se v Maison Laffitte o částku 300 franků, obnos to, který zdál se mně značný na tuto šťastnou dobu.

Byl jsem pro chybu mého protivníka prohlášen vítězem. Do desátého kola probíhal zápas v podrážděné náladě. V tomto okamžiku však udeřil mne Salmon příliš hluboko a já upadl na zem. — Vyjednán zápas odvetný, který odbýval se 30. listopadu 1908 znovu v Maison Laffitte.

Byl jsem poražen a to bylo pro mne největším pohnutím. Match trval 18 kol! Uvažovalo se, že podobná námaha může zničiti moje zdraví! Jest pravda, že to byl boj velice tuhý. V 13. kole ranou do žaludku vržen jsem byl na provazy a vyčníval z ringu. Zvedl jsem se a pokračoval v boji. Salmon ve 14. kole srazil mne na zem podruhé. Descamps chtěl mne zdržeti od dalšího pokračování v zápase:

„Považujete mne za zmoklou slepici“, odpověděl jsem mu. — —

Třikráte za sebou „Knock—down“ v 15. kole, dvakrát v 16! V tomto okamžiku jeden z diváků zvolal „Dosti, vzdát se!“ Obrátím se a nejsa ještě dosti zvyklý v „ringu“, odpověděl jsem dosti prudkým slovem, čehož nyní lituji. V 17. kole padám znovu 4kráte. Byl jsem u konce, ale chtěl jsem ukončiti 20 kol. Byl jsem domýšlivý na svoje síly, zatím jsem ale v ringu v 18. kole vrávoral. Vrhl jsem se na mého protivníka, ale brzy jsem klesnul. Bob Scanton, který o mne pečoval, skočil do ringu, uchopil mne za ruku — — —

Oháněl jsem se kolem, volaje, že chci zápasiti ještě dále. A když Salmon, upocený a zakrvácen, přišel mne obejmouti a přáti k tak čestné porážce, uspokojoval jsem se, odpovídaje mu v pláči:

„Mohu vydržeti až do konce! Proč mně v tom moji opatrovníci překážejí?“ —

□ □ □

Pravidla rohovnická.

(Podle lorda Luxenburg [Komstery] člena National Clubu London.)

1. Ring ohraničen je provazy. Každá strana měří 24 stopy.

2. Soupeři boxují v lehkých střevicích.

3. Za vítěze prohlašuje zápasníka uvnitř ringu stojící rozhodčí. (Není podmiňovacím pravidlem, aby vedle rozhodčího fungovali ještě dva soudcové mimo ring po stranách stojící, neboť rozhodčí právo přísluší jedině rozhodčímu.)

4. Jednotlivá kola (reprisy) zápasu mají trvati 3 minuty; přestávky jsou 1 minutové. (Podle stávajících zvyklostí bývají reprisy čili roundy po vzájemné dohodě stanovovány nejčastěji 2 minutové.)

5. Soupeř je poražen, nezvedne-li se po zvolání „time“ (tajm) — (čas). Toto pravidlo vztahuje se k zahájení jednotlivých kol; jestliže totiž soupeř během přestávky odpočítajíce po zmíněném vybídnutí časoměřičově k dalšímu kolu není schopen se zvednouti, ať z příčiny jakékoliv, jest poražen.

6. Proti rozhodnutí soudcova není protestu.

7. Soudce má po jedné výstraze právo diskvalifikovati soupeře, který boxuje neloyálně, t. j. bije dlaní, loktem nebo kotníkem, zápasí nebo cloumá soupeřem na provazy.

8. Jestliže jeden ze soupeřů padne na zem, buď slabostí nebo z kterékoliv jiné příčiny, má povoleno 10 vteřin, aby se zvedl. (Soupeř však padlý bez rány s úmyslem, aby se vyhnul útoku svého protivníka, budiž prohlášen ihned poraženým. Soupeř onoho k zemi sraženého čeká zmíněných 10 vteřin na svém rohu. Jakmile k zemi padnuvší se opětně vzchopí, pokračuje se

v boji až do vypršení dotyčného 3 (nebo 2) minutového kola. Jestliže k zemi klesnuvší nemůže po 10 vteřinách začíti boj, jest prohlášen poraženým.

9. Jestliže boxer visí na provazech, aniž by nohama spočíval na zemi, považován jest jakoby za sraženého a na zemi ležícího.

10. Během jednotlivého kola nesmí nikdo, ani sekundant vniknouti do ringu.

11. Jestliže byl match předčasně skončen pro nějakou „vis maior" (nečekanou nepřekonatelnou překážku), určí soudce, jsou-li soupeři ochotni z rohu se utkati v zápase na jiném místě.

12. Rukavice musí býti nové, normální a nejlepší kvality.

13. Muž, který padne na kolena, pokládá se za, jakoby sraženého na zem. (Taktéž dotýkali se rukou země.)

14. Soudce má právo v případě, že jeden ze soupeřů jest úplně vyčerpán, přerušiti utkání a prohlásiti druhého vítězem.

15. Jestliže přijdou corp a corp posice (do křížků), mají se pustiti a nesmí se dříve bíti, dokud nemají rukou úplně volných. (Corp a corp čili „clinch" jest dovolen, nikoli však v této posici se bíti). Rovněž jest zakázáno přidržeti si rukou soupeře a druhou mu dávati rány.

Rohování má svých 7 tříd, které se dělí na:

I.	tř.	váha	muší	od	—	do 52·1	kg
II.	„	„	pérová	„	52·1	„ 55·27	„
III.	„	„	lehká	„	55·27	„ 60·25	„
IV.	„	„	—	„	60·25	„ 64·33	„
V.	„	„	střední	„	64·33	„ 71·57	„
VI.	„	„	lehkotěžká . . .	„	71·57	„ 79·275	„
VII.	„	„	těžká	přes	79·275 kg.		

Tato pravidla boxu jsou mezinárodní a užívána ode všech pěstních zápasníků. Jsou uspořádána tak, že dávají možnost zvítěziti i fysicky slabšímu rohovníkovi, když ovládá lepší techniku a vyniká inteligencí. Těmito pravidly mizí veškerá surovost v boxu a sport tento stává se přístupný každému a záhy získá i u našeho obecenstva obliby. —

Eža Sonntag:

Rohovnický sport v československé republice.

V poslední době počíná se sport rohovnický ujímati i u nás. Dlužno však doznati, že půda pro tento sport není u nás ještě daleko tak příznivá jako tomu je u národů západních. My, Slované, nejsme povahově tak tvrdí, abychom mohli se s láskou věnovati sportu, který předpokládá tuhost a nepoddajnost jak tělesnou tak i duševní. My jsme příliš měkcí a rádi ustoupíme, než bychom se dali s veškerou silou a sebevědomím v boj.

Tato slovanská poddajnost je nám v životě našem k velké škodě a proto vítáme každý prostředek, který aspoň částečně změní naši mládež ku prospěchu budoucnosti našeho národa a státu.

Rohovnický sport je důležitou složkou tělesné kultury, která nám v dohledné době vychová generaci novou, tuhou, nepoddajnou, silnou, která bude v těžkém zápase na světovém foru nás hájiti s největší silou a odhodláním. Jen se zdravou a silnou mládeží uhájíme své postavení ve střední Evropě, jakož i na celém světě vůbec.

Proto dík všem, kteří se zasloužili o rozšíření rohovnického sportu u nás, zejména naším milým krajanům Američanům, kteří první seznámili nás s ringem.

Nejlepší rohovnický sport soustředil se v Praze, a nemalou zásluhu o to má Hojerova škola tělovýchovná, která vystoupením svých žáků rozvířila zájem veřejnosti o box. Její péčí uspořádáno bylo v Praze několik rohovnických matchů, které rázem získaly obliby mezi obecenstvem.

Vynikajícím činitelem v šíření boxu mezi dospělou mládeží jest Y. M. C. A. Toto sdružení Američanů propaguje box ve vojenských domovech mezi vojáky, jakož i seznamuje obecenstvo s ringem na hříštích a závodech. Mnozí žáci Y. M. C. A. odnesli sobě pochvaly i ceny za vynikající výkony v rohování.

Nyní zavádí se rohování též do klubů athletů, jakož i do sportovních klubů vůbec. Schází bohužel dosud osvědčení učitelé, kteří by tento sport opravdu systematicky pěstovali a učili.

Ale též i jednotlivci—sportovci zasloužili se o propagování boxu. Tak péčí vinohradského velkoobchod-

níka pana Červeného byl z jara 1919 uspořádán v Praze velký box—match, pozoruhodný tím, že na něm vybojováno bylo mistrovství republiky mezi Frank-Rossení (Růžičkou) a Čechoameričanem Joe Jahelkou z Kladna, v němž Jahelka zvítězil (match konal se v květnu 1920) a nese dnes titul mistra republiky. K odvetnému zápasu mezi oběma stejně sympatickými rohovníky dojde asi letos z jara nebo v létě. Oba připravují se pilně již nyní k tomuto prvotřídnímu matchi, který bude sportovní sensací celé jarní saisony.

Mistr Jahelka zřídil na Kladně rohovnickou školu, která uvedla již do ringu dobrého Tesaře. V Praze vystupují rohovníci dobrého jména i školy: Hofreiter, Jerry Havlík, Charles Wichera, u nás na Ostravsku rohovník Václav Firla, který rovněž zařizuje školu tělovýchovnou a tuším, že najde u nás dosti porozumění pro tuto věc. Na Ostravsku jsou dosti dobré podmínky pro pěstování sportu vůbec, pro rohování pak velice dobré, jen musí snahy jednotlivců o rozvoj boxu najíti dosti dobré vůle a podpory v kruzích sportovních. Více soustředěnosti by neškodilo, dá se pak vykonat daleko více práce a poměrně za menších nákladů i méně námahy. —

Vy to zde snad ani nepozorujete, ale z Prahy se jinak díváme na Ostravsko, než v místě a přirozeně spíše spozorujeme to neb ono. Jelikož vím, že tato brožura bude hojně čtena sportovci, neváhal jsem říci těch několik slov, snad ty kruhy, jichž se to týče, porozumí, že chceme-li sportovně dost zaostalé Ostravsko pozvednouti na vyšší stupeň sportu a tělesné kultury vůbec, že k tomu bude třeba snad méně schůzování, ale více činů. —

Konstatuji však se zadostučiněním, že některé sportovní kluby na Ostravsku pochopily mimořádný význam

boxu a zavádějí jeho vyučování do řádného programu výcviku svého členstva. Propagátory rohovnického umění pak ujišťuji, že brzy dostaví se výsledky jejich úmorné práce, se kterými budou zajisté spokojeni nejen oni, ale též veškeré sportovní obecenstvo a nejvíce mladí rohovníci sami.

Při pěstování rohovnického sportu otevírá se učitelům jeho široké pole působnosti na mládež, i možno zde vypěstiti vedle silného a krásného těla též pevný a neoblomný charakter.

Že v Praze je box silně pěstován mezi studentstvem, to dokazuje, že intelligentní dorost správně vystihl výborné výchovné stránky boxu a věnuje se tomuto sportu přímo náruživě. Čím větší intelligence, tím jemnější je rohování, ale též tím obtížnější, neboť pak uplatňuje se bystrý rozum, rychlé rozhodování po případě fintes (lest, úskok). —

Shrneme-li zprávu o rohovnickém sportu v Československé republice, tedy můžeme říci, že je teprve v počátcích, ale postaven na zdravých základech, i může se slibně vyvíjeti a vykonati své kulturní poslání tím, že nám vychová novou, zdravou a spartanskou mládež. **Silné mládeži patří budoucnost**, Ve znamení tohoto hesla pracujte!

□ □ □

Na uváženou mládeži.

Mladí přátelé!

Četli jste tuto brožuru. Mnohé z toho vám bylo známo, ale též mnohé věci jste poznali a doufám, že k vašemu prospěchu. Kolik vás bude, kteří začnete, nebo budete pokračovati ve výcviku svého těla, kolik vás bude

tak šťastných a poznáte tu starou a osvědčenou pravdu, že ve zdravém těle zdravý duch. Ať již se rozhodnete jakkoliv, jedno zůstane nám jasno, že totiž naše mládež, tak zničená světovou válkou, jen těžce se odpoutá od hostinských místností a tanečních sálů a málo bude těch, kteří vyhledají přírodu, aby těšili se z její krásy, aby tam čerpali nové síly k životu a uvěřili v lepší, šťastnější budoucnost. Málo jich bude, ale budou přece.

A těch několik jednotlivců—idealistů, kteří chtějí s námi se těšit z krásna tohoto světa, ti jsou nám zadostučiněním za naši práci a jsou zárukou, že jejich příklad najde po čase přece následovníky. Kéž bychom se ve své víře nesklamali!

Mládeži! Voláme vás do řad sportovců, chceme vás za vedení dobrých učitelů přivésti na vyšší stupeň tělesné i duševní dokonalosti, chceme z vás udělati nové lidi, kteří by svrhli se sebe kletbu válečného materialismu, a oddali se z láskou přírodě, ji milovali a tím i poznávali, že poslání člověka na tomto světě je jiné, než hlásala válečná morálka.

Přijde jaro; nuže, ať jest mezníkem ve vašem životě, zároveň s probouzející se přírodou probuďte se i vy k novému životu; ruku na srdce, hlavu vzhůru a slibte sobě samým, že budete a chcete býti dokonalejšími lidmi.

Je žalostno pohleděť, jak vaše řady mladých a nadějných bojovníků, se musí v mladém věku rozloučiti s životem a světem proto, že jste včas nedbali o uchování svého zdraví a že jste na lehkou váhu brali tento život. Vím jak je těžko mnohému, že musí odejíti ze života aniž by poznal jeho krásu a cenu. A mnoho slz by si ušetřily matky, kdyby včas dbaly o řádnou tělesnou výchovu svých dětí.

Apeluji hlavně na dělnickou mládež a studentstvo, aby tyto dvě hlavní složky naší mládeže oddaly se s láskou sportu vůbec a hlavně nejdokonalejšímu sportu: rohování. Volím proto rohování, protože příprava k němu je tak všestranná, že žádný jiný sport se nevyrovná výsledkem svým boxu.

Bylo by však chybou, kdybyste slepě věřili tomu, co zde z vlastní zkušenosti předkládám. Poznávejte sami kde je pravda, hleďte z vaší zkušenosti přijíti sami k tomu poznání, se kterým vás dnes seznamuji. Mně se nejedná o to, abyste mechanicky papouškovali to, co zde napsáno, ale účelem těchto řádků je, abyste sami uvážili, jaký život je lepší a slibnější a v čem máte hledat uplatnění svého života a svého poslání jako člověka vůbec.

Přátelé! Jsem přesvědčen, že mnozí budete následovati našeho příkladu, věřím ve vaši sílu vůle, a ve vaše čisté, nezkažené mládí. Bude nás sportovce těšit, když oživíte naše hřiště, když vás uvidíme ve volné přírodě u vody a na slunci. Čilý ruch musí ovládnouti vaše tělo i mysl. —

Příroda vám dala život, příroda vám ho uchová, nuže žijte pro ni a žijte s ní! —

OBSAH:

Václav Firla:

1. Úvod . . . . Str. 3
2. Dějiny boxu . . . . „ 5
3. Rohovnický sport v nejnovější době . „ 6
4. Příprava k rohování. Training . . . „ 8
5. Cvičení tělesná a dechová . . . . . „ 10
6. Jak udržeti se při zdraví a síle? . . „ 12
7. Jak správně rohovati? . . . . „ 12
8. Několik momentů ze života světového rohovníka Carpentiera . . . . „ 14
9. Pravidla rohovnická . . . . „ 16

Eža Sonntag:

1. Rohovnický sport v Československ. republice „ 18
2. Na uváženou mládeži . . . . „ 21